

## UCL: Utrechtse Copinglijst\*

SCHREURS P.J.G. & VAN DE WILLIGE G. (1988)

### a) Achtergrond en doelstelling

Coping is de manier waarop iemand zowel gedragsmatig, cognitief als emotioneel op aanpassing vereisende omstandigheden reageert. Het is een proces dat uit vele afzonderlijke componenten bestaat en dat voortdurend verandert, afhankelijk van nieuwe informatie en resultaten van vroegere gedragingen.

Als basis voor de ontwikkeling van een Nederlandstalige copinglijst werd de classificatie van copinggedrag van Westbrook (1979) genomen. Twaalf items van de Westbrooklijst werden gehandhaafd, de rest werd gewijzigd of verwijderd. Daarnaast werden nieuwe items geconstrueerd.

Het doel van de Utrechtse Copinglijst (UCL) is het vaststellen van het karakteristieke copinggedrag bij confrontatie met problemen of aanpassingvereisende gebeurtenissen. De UCL is het best te plaatsen onder de opvatting van coping als persoonlijkheidsstijl. Dit betekent niet dat de copingvormen die iemand hanteert opgevat worden als onveranderlijke eigenschappen, maar wel dat er sprake is van bepaalde voorkeuren voor copingvormen over een aantal situaties heen. Deze reactiewijzen zijn mede tot stand gekomen door vroegere leerervaringen, opvoedingspatronen en persoonlijkheidskenmerken.

### b) Doelgroep

De UCL kan vanaf 14 jaar worden afgenomen

### c) Subschalen + items

De UCL bevat 47 items en 7 schalen. De schalen met enkele voorbeelditems zijn:

1. actief aanpakken (7 items): "Direct ingrijpen als er moeilijkheden zijn" (A-schaal)
2. palliatieve reactie (8 items): "Proberen je te ontspannen" (P-schaal)
3. vermijden (8 items): "Toegeven om moeilijke situaties te vermijden" (V-schaal)
4. sociale steun zoeken (6 items): "Je zorgen met iemand delen" (S-schaal)
5. passief reactiepatroon (7 items): "Je volledig afzonderen van anderen" (PR-schaal)
6. expressie van emoties (3 items): "Je ergernis laten blijken"
7. geruststellende gedachten (5 items): "Je bedenken dat na regen zonneshijn komt"

De items worden gescoord op een vier-keuzeschaal, bestaande uit de volgende antwoordmogelijkheden: zelden of niet / soms / vaak / zeer vaak. De respondent wordt gevraagd slechts één antwoord aan te kruisen dat op hem/haar van toepassing is.

### d) Materiaal

Handleiding en antwoordformulier

### e) Afnamewijze

Hoewel de UCL vooral ontwikkeld is voor onderzoeksdoeleinden kan zij ook individueel gebruikt worden.

### f) Afnameduur

De afname neemt over het algemeen niet meer dan 5 minuten in beslag, hoewel de respondent er in principe alle tijd voor mag nemen.

### g) Scoring

zelden of niet = 1 / soms = 2 / vaak = 3 / zeer vaak = 4

De cijfers corresponderen met de scores op de desbetreffende items. De schaalcores worden vervolgens berekend door de items per schaal op te tellen.

### h) Normering

Op basis van de beschikbare gegevens werd een aantal normtabellen opgesteld:

- o De eerste normtabel is opgesteld met behulp van de gegevens van een NS-onderzoek (N = 1075 mannen en 65 vrouwen) en een aselechte steekproef (N = 281 mannen) uit de Nederlandse bevolking. De leeftijd varieert tussen 23 en 64 jaar (gemiddeld 43 jaar). Alle socio-economische klassen zijn vertegenwoordigd.
- o De tweede normgroep bestaat uit een groep vrouwelijke verpleegkundigen (gemiddelde leeftijd = 30) en een tweede aselechte steekproef uit de bevolking (gemiddelde leeftijd = 47), [N= 712 vrouwen].

- o Uit de regio Oost-Groningen 865 eindexamenkandidaten (gemiddeld 16 jaar).
- o Studenten (N = 55, gemiddeld 20 jaar).

De twee eerste normgroepen zijn tenslotte ook ingedeeld naar leeftijd. Voor de groep mannen zijn vier indelingen gemaakt: 18-35 jaar, 35-45 jaar, 45-55 jaar en 55-65 jaar. Voor vrouwen hebben we gegevens betreffende de volgende indeling: 18-25 jaar, 25-35 jaar, 35-45 jaar en 45-65 jaar.

i) Betrouwbaarheid

De betrouwbaarheid is bij verschillende groepen berekend. De interne consistentie van de schalen kan matig tot goed genoemd worden (Cronbach's  $\alpha$  = 0.43 tot 0.89). De stabiliteits-coëfficiënten (test-hertestbetrouwbaarheid = 0.45 tot 0.85) zijn redelijk hoog, hetgeen erop wijst dat met de UCL-schalen redelijk stabiele eigenschappen gemeten worden.

j) Validiteit

- o Constructvaliditeit: De UCL werd met een 23-tal tests vergeleken. De begripsomschrijving van de A-schaal wordt door onderzoek gesteund. Er bestaat een positief verband met gevoelens van zelfwaardering en adequaat functioneren en een negatief verband met neuroticisme, neurosomatisme, depressieve- en insufficiëntie-gevoelens en angstdispositie. Een hoge score op de P-schaal gaat samen met een hogere score voor angst, inadequatie, neuroticisme en psychopathologie. Vermijden, afwachten (V-schaal) gaat samen met gevoelens van (sociale) inadequatie, een lage zelfwaardering, hoge angstdispositie, irrationele ideeën en correleert positief met psychisch en lichamelijk onwelbevinden. Daarnaast blijkt een lage actiebereidheid en een emotiegerichte manier van omgaan met moeilijke situaties. De S-schaal lijkt een tamelijk uniek kenmerk te meten. De PR-schaal correleert sterk met inadequatie, angst en depressieve gevoelens en met verschillende indices voor neuroticisme. Tevens zien we verbanden met het rapporteren van gezondheidsklachten.
- o Predictieve validiteit: Uit onderzoek blijkt dat zelfwaardering, negatief affect en vooral neuroticisme in sterke mate bepaald worden door het hanteren van copingsstrategieën, met name het "passief reactiepatroon". Ook het vermijden van problemen heeft een negatief effect: het bevordert het ontstaan van psychische klachten en vermindert het zelfvertrouwen. Daarentegen bevordert actief aanpakken van problemen en het zoeken van sociale steun de zelfwaardering en het positief affect één jaar later.

k) Referenties

Schreurs, P.J.G., Tellegen, B., & van de Willige, G. (1984). Gezondheid, stress en coping: de ontwikkeling van de Utrechtse Coping Lijst. *Gedrag: tijdschrift voor psychologie*, 12, 101-117.

Schreurs, P.J.G., & van de Willige, G. (1988). *Omgaan met problemen en gebeurtenissen: De Utrechtse Copinglijst (UCL)*. Lisse: Swets & Zeitlinger.

Westbrook, M.T. (1979). A classification of coping behavior based on multidimensional scaling of similarity ratings. *Journal of Clinical Psychology*, 35, 407-410.

l) Uitgever

Lisse: Swets & Zeitlinger b.v.

---

\* Deze fiche werd gemaakt door Veerle Bosmans (2002)